

Posudek vedoucího diplomové práce oboru Nutriční specialista

Název bakalářské práce: Příjem vlákniny ve vyspělých zemích a možnosti jeho zvyšování v populaci
Autor práce: Bc. Kristýna Ježková
Vedoucí práce: Ing. Hana Pejšová
Oponent práce: MUDr. Jarmila Křížová, Ph.D.
Akademický rok: 2017/2018

POSUDEK

Volba tématu

Autorka se v práci zabývá aktuálním tématem z oblasti výživy v preventivní medicíně. Nedostatečný příjem vlákniny ve vyspělých zemích a možnosti jeho zvyšování v populaci patří v současné době k jednomu z nejdůležitějších témat v této oblasti. Praktická část, ve formě dotazníkového šetření, je zaměřena na zjištění povědomí veřejnosti o vláknině a na monitoring příjmu vlákniny ve vybraném vzorku populace. Téma je přiměřeně obtížné a odpovídá studijnímu zaměření autorky.

Teoretická část

Teoretická část práce je podrobně věnována popisu a druhům dietní vlákniny, včetně důležitých kapitol, věnovaných nutričně - protektivnímu významu vlákniny, její spotřebě v populaci a také možnosti, jak nízkou spotřebu v populaci navýšit. Autorka se podrobně a velmi zajímavě věnuje i historii definování a konzumace vlákniny. V závěru teoretické části autorka velmi výstižně shrnuje možnosti navýšení příjmu vlákniny, včetně hlavních doporučení pro tuto problematiku. Členění textu je přehledné, logické, obsahově i rozsahově dostačující, s použitím odborných termínů.

Struktura práce je logická a přehledná. Abstrakt i klíčová slova vystihují zaměření práce. Pramenů a informačních zdrojů je dostatek. Odkazy jsou citovány správně. Text práce je odborný a používá přesně definované pojmy. Stylistická úroveň textu je celkově velmi dobrá. Autorka prokázala velmi dobré teoretické znalosti a schopnost jejich zpracování z vybraných zdrojů.

Praktická část

Hlavním cílem diplomové práce bylo zjistit, povědomí veřejnosti o vláknině a zhodnotit frekvenci příjmu potravin bohatých na vlákninu. Jako metodika výzkumu bylo použito dotazníkové šetření. Autorka vhodně zvolila prostředí pro získávání respondentů a zpracoval následně 84 dotazníků, což je dostačující počet pro účely této práce.

Cíle práce i konkrétní hypotézy byly formulovány přesně a byly přiměřeně náročné úrovni diplomové práce. Autorka přehledně zpracovala v rámci šetření celkem 18 otázek. Volba otázek odpovídá zaměření práce. Některé zpracované otázky jsou vhodně doplněny i o výživová doporučení a nutriční význam.

Grafické zpracování praktické části je přehledné, grafy i tabulky jsou v přiměřené kvalitě.

Úroveň diskuse a formulace závěru:

V diskusi autorka podrobně shrnuje výsledky dotazníkového šetření a podrobně hodnotí všechny čtyři vytyčené hypotézy. Velmi dobře zde zmínila i statistickou významnost hodnocení hypotéz, vzhledem k použitému souboru respondentů.

Diskuse je patřičně rozsáhlá, srozumitelná, ucelená.

Práce má jasně a výstižně formulovaný závěr.

Celkové hodnocení práce

Autorka zpracovala ve své práci aktuální téma související s konzumací dietní vlákniny. Práce na 74 stranách, včetně příloh, po formální i obsahové stránce splňuje všechny náležitosti pro psaní závěrečných prací. Autorka prokázala svou schopnost nastudovat, analyzovat a následně věcně a přehledně zpracovat důležité informace týkající se vybraného tématu.

Kladně hodnotím širší úhel pohledu na celkovou problematiku, který zahrnuje zajímavosti o historii, přesné definice i rozdělení, zdroje vlákniny, dále velmi důležité části věnované nutričnímu významu v oblasti preventivní medicíny, současnému stavu spotřeby, výživovým doporučením a následným doporučením pro možnost zvýšení příjmu v populaci.

Jde tedy o ucelený přehled, poměrně podrobný a dostatečně odborný.

Empirická část je také velmi dobře zpracována a splňuje požadavky a cíle diplomové práce.

Téma dietní vlákniny je velmi aktuální a jelikož její spotřeba ve vyspělých zemích stále neroste a zároveň je její nutriční význam značný, stává se důležitým bodem pro všechny odborníky pracující v oblasti preventivní medicíny – zejména pro nutriční specialisty.

Práce odpovídá / neodpovídá požadavkům kladeným na bakalářskou práci:

Doporučení / nedoporučení k obhajobě: práci doporučuji k obhajobě

Práci klasifikuji stupněm výborně velmi dobře dobře neprospěl/a

Otázky a připomínky k obhajobě práce (nutné):

1. Jaké konkrétní funkce mají krátké mastné kyseliny (SCFA), vznikající fermentací vlákniny v tlustém střevě? O jaké tři kyseliny se konkrétně jedná a v prevenci jakých onemocnění se zejména uplatňují?
2. Jaký preventivní význam má vychytávání žlučových kyselin dietní vlákninou? Jaký druh vlákniny se zde zejména uplatňuje?